

	SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO	PROGRAMMA SVOLTO	Cod. Mod. DS-005
	I.I.S. PRIMO LEVI		Rev.00 01.09.2016

PROGRAMMA SVOLTO ANNO SCOLASTICO 2018/2019

DISCIPLINA:	SCIENZE MOTORIE
-------------	------------------------

CLASSE: 3	SEZ. BSA	INSEGNANTI:	DI GIORGIO ALESSANDRA
------------------	-----------------	-------------	------------------------------

1. ATTIVITÀ TEORICHE/PRATICHE:

MODULO 1	TITOLO: CAPACITA' MOTORIE CONDIZIONALI E COORDINATIVE
----------	--

1. CAPACITÀ CONDIZIONALI:

TEST FORZA ESPLOSIVA ARTI INFERIORI: TEST SALTO IN LUNGO DA FERMO

2. CAPACITÀ COORDINATIVE: TEST SALTO DELLA FUNICELLA IN 30"

3. IL RISCALDAMENTO E LO STRETCHING

MODULO N. 2	TITOLO: BASKET
-------------	-----------------------

I FONDAMENTALI INDIVIDUALI, PASSAGGI, REGOLE DI GIOCO, FALLI E INFRAZIONI, ARBITRAGGI, ESERCITAZIONI A COPPIE SU TIRI A CANESTRO, PALLEGGI CON RIMBALZO, PALLEGGI AL PETTO, TERZO TEMPO, 3 VS 3, GIOCO "KO", ESERCIZI PER LA DIFESA, GIOCHI LUDICI E PROPEDEUTICI, PARTITE 5 VS 5

MODULO N. 3	TITOLO: PALLAVOLO
-------------	--------------------------

LE REGOLE FONDAMENTALI, IL TERRENO DI GIOCO, FALLI E INFRAZIONI, ARBITRAGGIO, I RUOLI E LE POSIZIONI IN CAMPO, I FONDAMENTALI (BAGHER, PALLEGGIO, ATTACCO E BATTUTA), ESERCITAZIONI A COPPIE, GIOCHI PROPEDEUTICI, GIOCO "CAMPO DEI CAMPIONI" NEI 3 MT E NEI 9 MT., GIOCO "BAGHERONE" EI 3 MT. E NEI 9 MT.

	SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO	PROGRAMMA SVOLTO	Cod. Mod. <i>DS-005</i>
	I.I.S. PRIMO LEVI		Rev.00 01.09.2016

MODULO N. 4	TITOLO: HITBALL
LE REGOLE FONDAMENTALI, IL TERRENO DI GIOCO, FALLI E INFRAZIONI, ARBITRAGGIO, I RUOLI E LE POSIZIONI IN CAMPO	

MODULO N. 5	TITOLO: FLAG FOOTBALL
4 LEZIONI CON ISTRUTTORE ESTERNO	

MODULO N. 6	TITOLO: BASEBALL
4 LEZIONI CON ISTRUTTORE ESTERNO	

Torino, ___/___/___

Docente

I Rappresentanti di Classe
